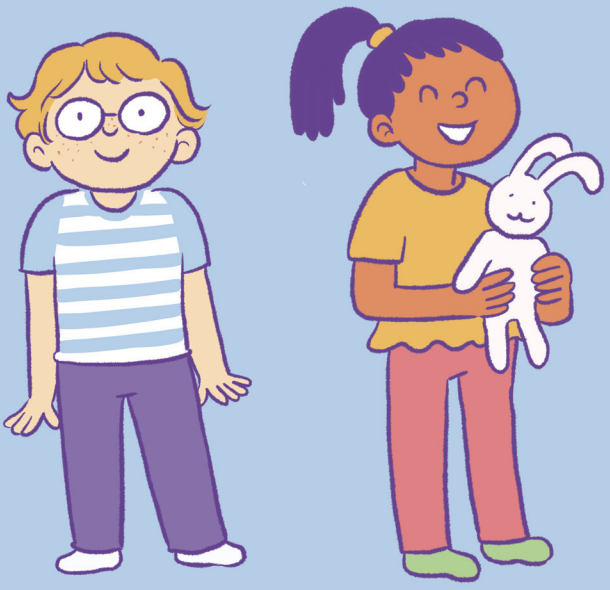
RT21
Regroupement pour la Trisomie 21

LA MASTURBATION CHEZ LES ENFANTS

Guide pratique d'intervention
à l'attention des parents d'enfants
ayant une trisomie 21



Introduction

La masturbation chez les enfants est tout à fait **naturelle et saine**. Ce n'est pas relié à un besoin sexuel, mais c'est plutôt une façon pour l'enfant de **découvrir les sensations que lui offre son corps**, de **gérer ses émotions** ou de se **calmer** et de se **réconforter**.

Il y a souvent un retard global de développement associé au diagnostic de trisomie 21. C'est pourquoi il peut arriver que les comportements masturbatoires perdurent jusqu'à un âge plus avancé (7-9 ans) selon l'enfant. L'apparition de ces comportements est un moment parfait pour **apprendre ou consolider les apprentissages de votre enfant quant aux concepts d'intimité**.



Comment intervenir ?

Lorsque vous surprenez votre enfant en train de se masturber ou de toucher ses parties génitales, il est très important de **ne pas le ou la punir**.

Il faut apprendre à l'enfant à :

- Le faire dans des **endroits privés**
- Identifier les **moments appropriés**
- S'assurer qu'il ne se **blesse pas**

Pour ce faire, l'utilisation d'outils visuels peut être un bon allié. Vous pouvez les créer vous-même. Voici quelques exemples :

Pour identifier les lieux privés où il est acceptable de se masturber :

- Prendre en photo les endroits dans lesquels l'enfant peut se masturber (ex : chambre ou salle de bain). Mettre un **symbole positif** sur la photo (gros cercle vert ou un pouce en l'air)



- Prendre en photo les endroits où l'enfant ne peut pas se masturber (salle à manger, salon, parc, salle de classe, etc.) et y mettre un **symbole négatif** (gros signe « interdit » rouge ou un X).



Vous pouvez reprendre le même concept pour identifier les moments appropriés dans la routine.

Ensuite, affichez ces images à un **endroit accessible et visible** pour l'enfant et lui expliquer ce qu'elles signifient. La **répétition** est essentielle pour une bonne compréhension.

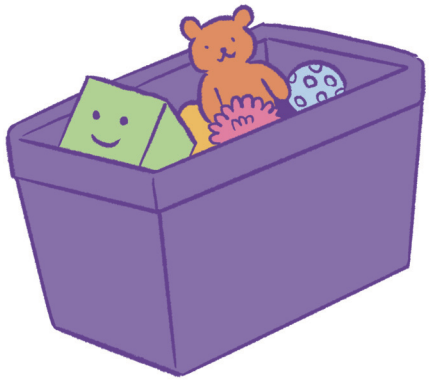
Lorsque vous créez des outils visuels, n'oubliez pas:

- L'utilisation de pictogrammes plutôt que de photos est aussi possible, mais il est important de s'assurer que votre enfant **comprenne bien** ce que l'image représente.
- Faire preuve de constance! Toujours utiliser les mêmes symboles avec l'enfant. Par exemple, si on choisit le pouce en l'air, on l'utilise pour tout ce qui est positif afin qu'il y ait une **continuité** dans les apprentissages. Même chose si on utilise le signe «interdit» ou le X.



Changez-lui les idées, mais de la bonne façon!

Il est important de ne pas seulement dire «non» à son enfant et l'empêcher de se masturber. Il faut essayer de comprendre quel est le besoin derrière ce comportement et orienter votre jeune vers une activité plus adaptée et adéquate qui répondra à ce besoin, selon le contexte social.



Voici quelques pistes:

Rediriger

par exemple, dès qu'on aperçoit l'enfant qui se masturbe, on peut lui dire: «les mains en l'air!» et l'orienter vers une des pistes suivantes:

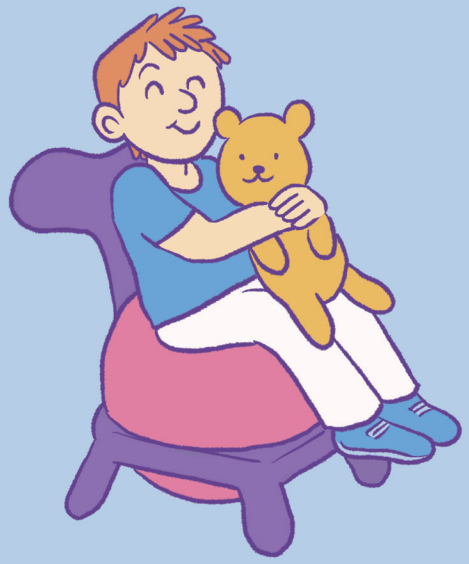
- **Bac sensoriel:** mettre à la disposition de l'enfant un bac incluant des objets avec différentes textures, couleurs et formes peut l'aider à rediriger sa concentration et son énergie sur autre chose tout en permettant le mouvements des mains de manière adéquate.

- **Outils proprioceptifs :** répondre au besoin de recherche d'apaisement par des outils proprioceptifs (stimulation des muscles, des ligaments et des articulations) comme bouger avec intensité, utiliser des toutous lourds ou des exercices qui demandent une bonne force musculaire.
- **Outils de relaxation (gestion du stress)** : exercices de respiration, routine de yoga pour enfant, histoire sur la gestion des émotions, etc.
- **Vers un autre lieu où il peut avoir son intimité** (lorsque cela est possible)

Soyez créatifs!

Autres stratégies

- Mettre une ceinture ou mettre à l'enfant des pantalons plus serrés au niveau de la taille afin qu'il n'ait pas accès à sa région intime. Éviter les pantalons de sports à élastiques.
- Utiliser un coussin sur la chaise ou un ballon-chaise peut également aider l'enfant à se calmer et à mieux s'autoréguler.



Pour toute question par rapport à l'éducation sexuelle de votre jeune, le RT21 est là pour vous aider!

info@trisomie.qc.ca

514-850-0666

Conception : Joany Bergeron, stagiaire en sexologie au RT21
Mise en page et illustrations : Sophie Bédard
Sources : Katérie Vigeant (Intervenante au RT21) et Michelle Bélisle-Cotnoir (Ergothérapeute)
Imprimé au printemps 2021